

Hvad gør en god behandler god?

Psykolog Susanne Bargmann
www.susannebargmann.dk



SUSANNEBARGMANN.DK

Forside

Om Susanne Bargmann

Blog

Undervisningskalende

Artikler, handouts, etc

Teoretisk grundlag

Terapi

Kontakt

CV

Referencer

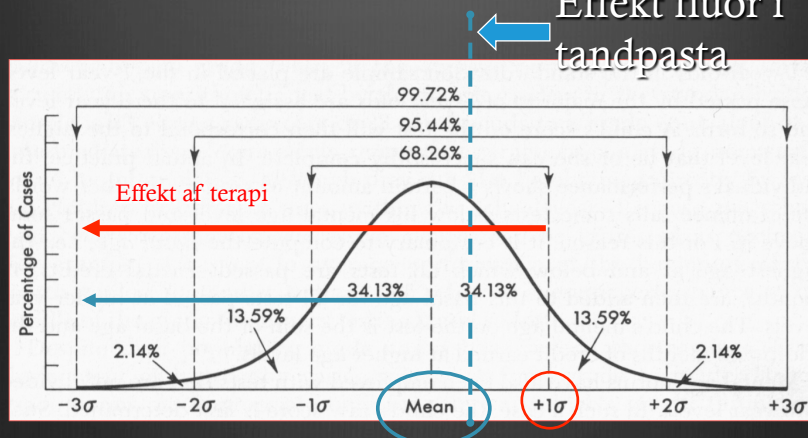
- FIT-Implementering i Danmark, Skandinavien og Europa
- Undervisning og supervision
- Terapi med børn, unge og voksne – primært omkring spiseforstyrrelsesproblemer.
- ICCE Chief Advisor

- Evidensbaseret praksis
- Resultater styrer praksis – krav om data
- Programmer til forskellige problemstillinger

Hvad virker i behandling

Hvad er en effect-size?

Effekt fluor i tandpasta



Rosenthal, R. (June 1990). How are we doing in soft psychology? *American Psychologist*, 45(6), 775-777.

Duncan, B., Miller, S., & Sparks, J. (2004). *The Heroic Client* (2nd ed.). Jossey-Bass: San Francisco, CA.

Hvad virker i behandling

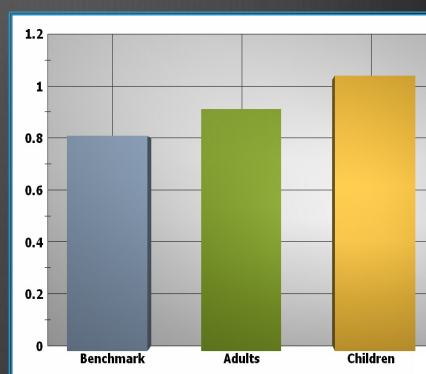
Behandling	Effect Size
Psykoterapi	.8 - 1.2
Parterapi	.8
Bypass operation	.8
Medicinsk behandling af gigt	.61
Antidepressiv medicin	.41
Medicinsk behandling af angst	.39
Flour i tandpasta	.26

Lipsey, M.W., & Wilson, D.B. (1993). The efficacy of psychological, behavioral, and educational treatment. *American Psychologist*, 48, 1181-1209.
 Shadish, W.R., & Baldwin, S.A. (2002). Meta-analysis of MFT interventions. In D.H. Sprenkle (Ed.), *Effectiveness research in marriage and family therapy* (pp.339-370). Alexandria, VA: AAMFT.

SUSANNEBARGMANN.DK

Hvad virker i behandling

- 6,000+ terapeuter
- 48,000+ "rigtige klienter"
- Effekten var klinisk svarende til/højere end RCT's.



Kendall, P.C., Kipnis, D., & Otto-Salaj, L. (1992). When clients don't progress. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 269-281.
 Minami, T., Wampold, B., Serlin, R., Hamilton, E., Brown, J., Kircher, J. (2008). Benchmarking the effectiveness of treatment for adult depression in a managed care environment: A preliminary study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1), 116-124.

SUSANNEBARGMANN.DK

Hvad virker i behandling



Hvad virker i behandling

Clue # 1

- Den gennemsnitlige drop-out rate i forskningslitteraturen er 47%.
- 10% - 22% af klienter i terapi får det værre mens de er i behandling, og terapeuter får ofte ikke øje på disse klienter.



Lambert, M.J., Whipple, J., Hawkins, E., Vermeersch, D., Nielsen, S., & Smart, D (2004). Is it time for clinicians routinely to track client outcome? A meta-analysis *Clinical Psychology*, 10, 288-301;

SUSANNEBARGMANN.DK

Hvad virker i behandling

Clue # 2



- ⊗ Til trods for den teoretiske udvikling er effekten af psykoterapi forblevet uændret de sidste 40 år.
- ⊗ Ingen forskel på effekten af forskellige typer og teoretiske tilgange til behandling

Lambert, M.J., Whipple, J., Hawkins, E., Vermeersch, D., Nielsen, S., & Smart, D. (2004). Is it time for clinicians routinely to track client outcome? A meta-analysis *Clinical Psychology, 10*, 288-301;

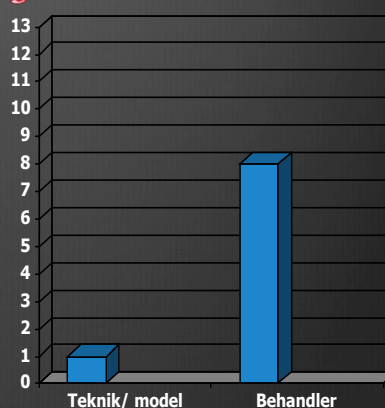
SUSANNEBARGMANN.DK

Hvad virker i behandling

Clue # 3

Model vs. Behandler:

- 60% af effekten skyldes hvem behandleren er (8/13)
- 8% af effekten skyldes den specifikke model eller teknik (1/13)

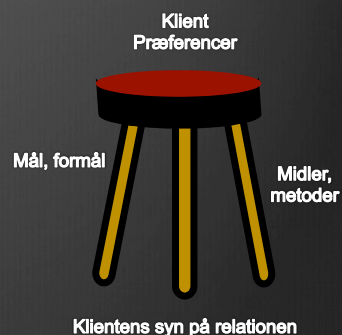


Wampold, B. (2001). *The Great Psychotherapy Debate*. New York: Lawrence Erlbaum.

Hvad virker i behandling

•Baldwin et al. (2007):

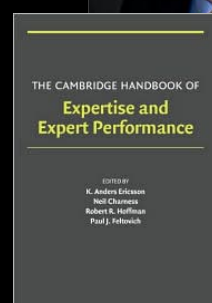
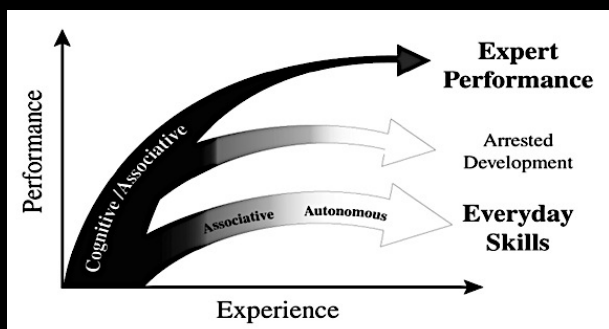
- *Studie af 331 klienter, 81 terapeuter.*
- *Terapeuters variabilitet i alliancen forudsagde effekten.*
- *Klienters variabilitet i alliancen var ikke relateret til effekten.*



Baldwin, S., Wampold, B., & Imel, Z. (2007). Untangling the Alliance-Outcome Correlation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(6), 842-852.

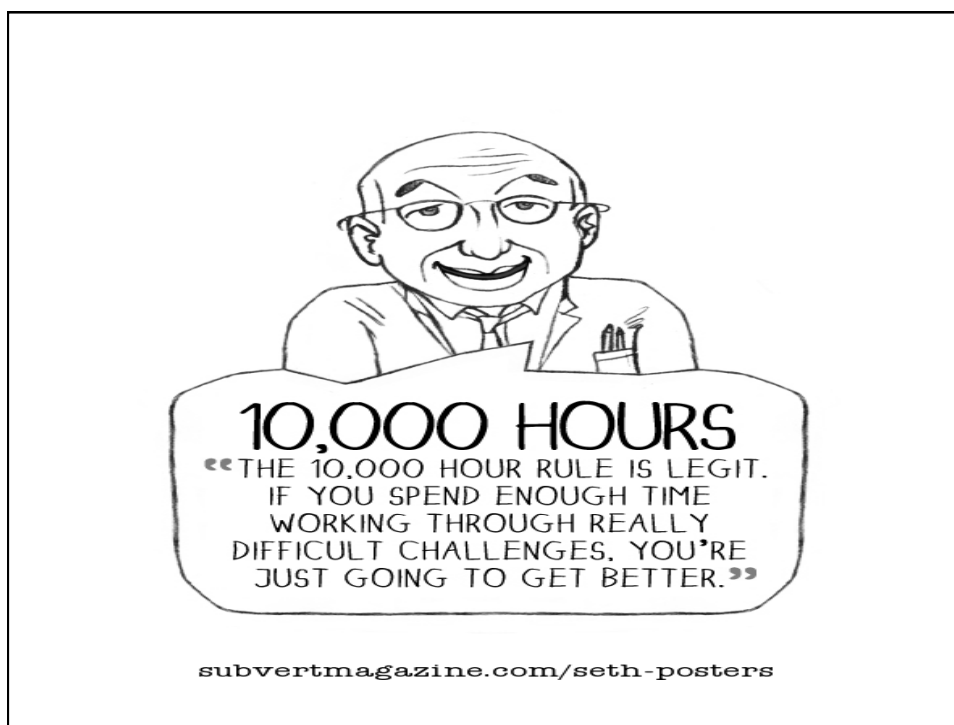


Hvad gør en god behandler god



SUSANNEBARGMANN.DK





Hvad gør en god behandler god

1. HVOR GOD ER JEG NU? (BASELINE)

- Hvad er mit niveau lige nu?
- Hvordan sammenligner min effektivitet sig med andre terapeuter??



SUSANNEBARGMANN.DK

Hvad gør en god behandler god

“Terapeuter er typisk ikke vidende om forandringskurver for patienter, som behandles af terapeuter generelt ... de har med andre ord ingen måde at sammenligne deres behandling med effekten af anden behandling”



Hvad gør en god behandler god

2. LØBENDE FEEDBACK



- Hvilke typer af feedback er vigtige?
 - Klienter
 - Kolleger
 - Coach/ Mentor

SUSANNEBARGMANN.DK

Hvordan?

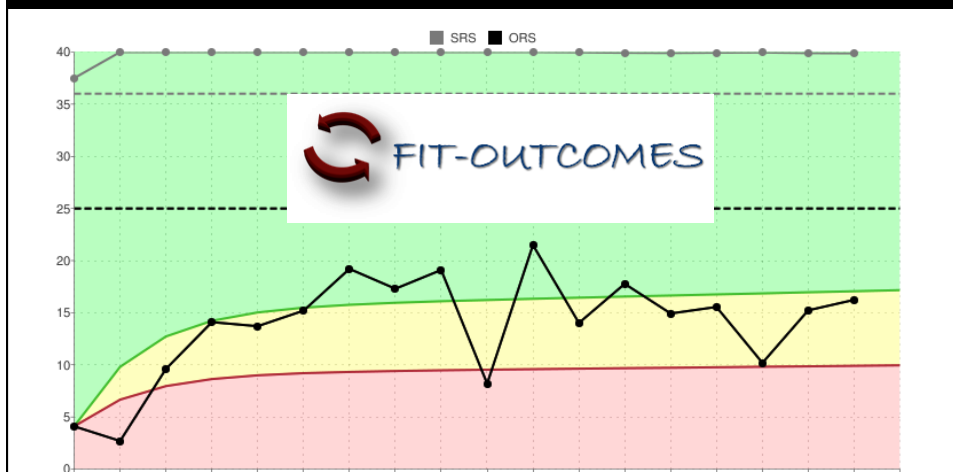
Hvad gør en god behandler god

Feedback Informed Treatment

- Løbende feedback fra klienter om alliance og effekt
- Beregning af din egen baseline – hvor effektiv er du lige nu.



Hvad gør en god behandler god



Hvad gør en god behandler god



Hvad gør en god behandler god

3. BEVIDST, MÅLRETTET TRÆNING

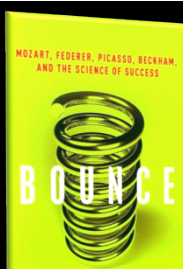
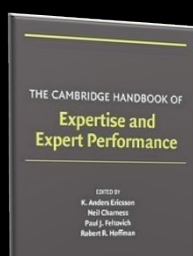
Du må opsøge situationer hvor du får feedback på din præstation. Det er en myte, at du bliver bedre bare ved at gøre de ting du nyder.

Eliteudøvere engagerer sig i "bevidst, målrettet træning" – en anstrengende aktivitet designet med det formål at forbedre specifikke dele af ens præstation.

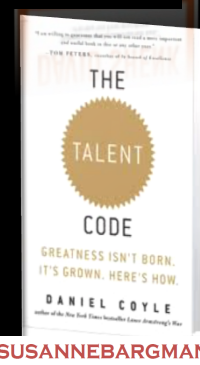
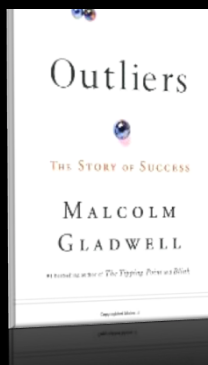
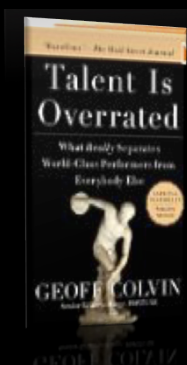
I modsætning til leg, er bevidst målrettet træning ikke iboende motiverede. Og i modsætning til arbejde fører det ikke til umiddelbare sociale og økonomiske gevinster. At engagere sig i det kan tilmed generere omkostninger.



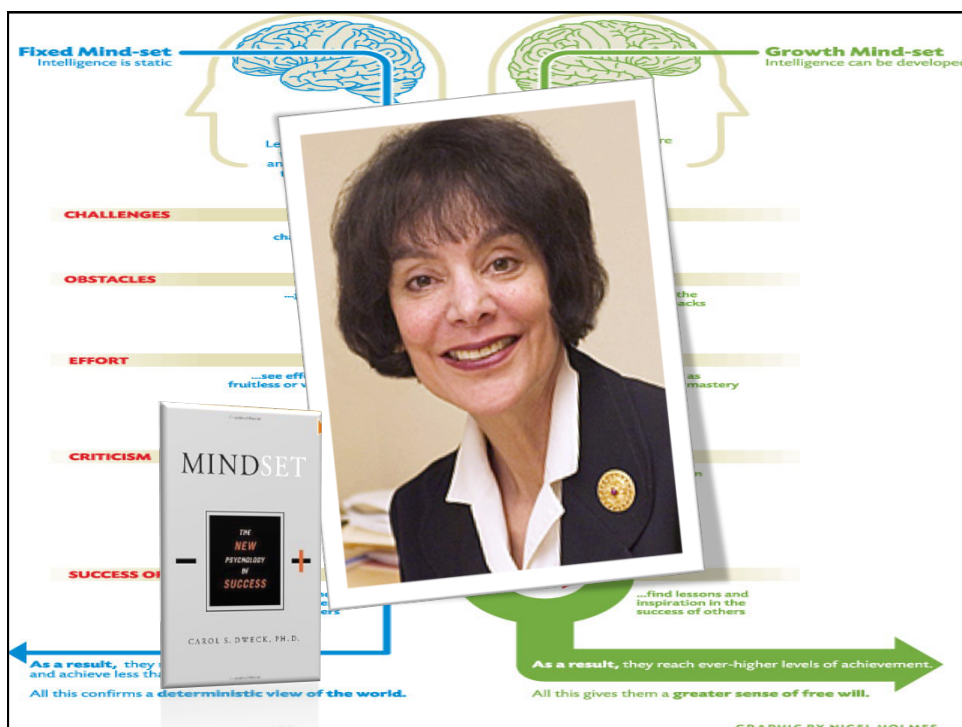
SUSANNEBARGMANN.DK



FEJL-CENTRISK LÆRING



SUSANNEBARGMANN.DK



Bevidst, Målrettet Træning

T.A.R.

TÆNK:

- Identifere grænserne for ens "område for stabil præstation".
- Udvikle en specifik plan for nye handlinger, og beskrivelser af den effekt man ønsker.



Miller, S.D., Hubble, M.A., & Duncan, B.L. (2007). Supershinks: Learning from the Fields Most Effective Practitioners. *Psychotherapy Networker*, 31, 6, 36-45, 57.

Bevidst, Målrettet Træning

T.A.R

AFVIKL:

- *Følge planen for nye handlinger*
- *Læg mærke til om der er trin i planen som blev sprunget over*
- *Identificer handler, man gjorde, som ikke var en del af den oprindelige plan*



Miller, S.D., Hubble, M.A., & Duncan, B.L. (2007). Supershinks: Learning from the Fields Most Effective Practitioners. *Psychotherapy Networker*, 31, 6, 36-45, 57.

Bevidst, Målrettet Træning

T.A.R.

REFLEKTER:

- *Gennemgå planen og udførelsen i praksis.*
- *Identificer fejl*
- *Beskriv grundigt alternative handlinger*



Miller, S.D., Hubble, M.A., & Duncan, B.L. (2007). Supershinks: Learning from the Fields Most Effective Practitioners. *Psychotherapy Networker*, 31, 6, 36-45, 57.

Hvad gør en god behandler god



Psykolog Daryl Chow

Associate ICCE

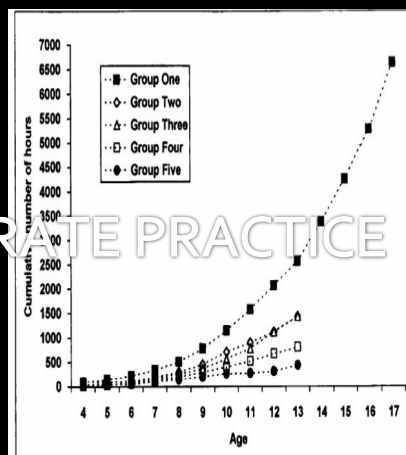
*Ph.D. projekt i samarbejde med
Scott Miller og William Andrews:*

*“Investigating the
development and practices of
highly effective
psychotherapists”*

Hvad gør en god behandler god



Ter



SES OGSÅ VED...

KLAVER
KIRURGI
RADIOGRAFI
UNDERVISNING
PROGRAMMERING
FODBOLD
TENNIS
SANG...



Hvad gør en god behandler god

"Solitary Practice" – dvs. udover almindeligt arbejde

Tid væk fra arbejde til at reflektere over arbejdet.

- Supervision
- Læse eller gen-læse basis litteratur om kerne terapi-færdigheder.
- Læse tidsskrifter
- Sagsgennemgang med mentor eller supervisor.
- Studere mester-terapeuters færdigheder
- Gennemgå case-eksempler

Hvad gør en god behandler god

"At lade sig overraske af feedback"

- Den øverste 1/3 af terapeutterne beskrev langt oftere at de blev overrasket over den feedback de modtog fra deres klienter. De beskrev en åbenhed overfor feedback og en villighed til at korrigere på baggrund af feedback
"They seek out to be disconfirmed"
- Var ikke sammenhængende med at de var konsistente i deres brug af SRS – det kunne også være på baggrund af uformel feedback – det væsentligste var deres holdning til feedback.
- 63,8% af variationen imellem terapeuter ser ud til at kunne forklares på baggrund af denne holdning.

